

COVID-19



자가 격리란?

COVID-19 확진자이거나, 확진자와 가까이 접촉했거나, COVID-19 검사를 받고 결과를 기다리고 있거나, 캐나다 밖을 여행한 적이 있는 경우, 자가 격리를 하여야 합니다.

집에 머물고 방문객을 받지 마십시오. 가족과 친지에게 찾아오지 말라고 하십시오.

한집에서도 따로 자고 화장실도 따로 사용하는 등 다른 사람들과 떨어져 혼자 지내려고 하십시오.

긴급 치료 목적이 아닌 한 예약을 취소하십시오.

출근이나 등교하지 말고, 상점, 쇼핑센터, 음식점, 예배당 등 다중 이용 장소에 가지 마십시오. 가능하면 집에서 일하십시오.

대중교통이나 택시, 카풀을 이용하지 마십시오.

식료품과 잡화, 기타 필요물은 배달 서비스를 이용하십시오.

다른 사람들과 대면 접촉을 하지 마십시오. 다른 사람들과 2m(6피트) 거리를 유지하십시오.

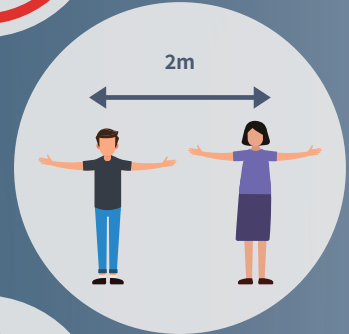
다른 사람과 한방에 있거나 긴급 진료를 받으러 외출해야 한다면 마스크를 쓰십시오.

손을 자주 씻고 기침이나 재채기는 가리고 하십시오. 손을 물로 씻을 수 없으면 손 소독제를 사용하십시오.

자신의 건강을 살피고, 매일 체온을 재며, 수분을 많이 섭취하십시오.

접시, 컵, 식기, 수건, 침구 같은 집안 물품을 비누와 물로 세척하고 다른 사람들과 함께 사용하지 마십시오.

손이 자주 닿는 표면(조리대, 탁자 표면, 문고리, 변기, 싱크대, 세면대, 수도꼭지 등)을 시중에서 파는 소독제로 하루에 한 번 이상 청소하십시오.



COVID-19 검사가 필요하다고 생각하시나요? 가정이나 8-1-1에 연락해 검사를 받아야 하는지 covid19.thrive.health에서 자가 평가 도구를 사용하여 알아보십시오.

브리티시 컬럼비아 질병 통제 센터(Centre for Disease Control, BCCDC)에 일반 정보를 문의하시려면 1-888-COVID-19(1-888-268-4319)로 연락하시거나, 604-630-0300으로 문자를 보내시거나, www.bccdc.ca를 보십시오.